Cultura Slow Down

Quizá este testimonio que a continuación presentamos, sea la mejor forma de presentar, compresiblemente, la filosofía del movimiento Slow Down. Dedíquele dos minutos a su lectura y reflexión:

"Ya voy para 18 años desde que ingrese a la Volvo, una empresa sueca.

Trabajar con ellos es una convivencia muy interesante. Cualquier proyecto aquí, demora 2 años para concretarse aunque la idea sea brillante y simple.. Es una regla.

Los procesos globalizados causan en nosotros (brasileños, argentinos, colombianos, peruanos, venezolanos, mexicanos, australianos, asiáticos , etc.) una ansiedad generalizada en la búsqueda de resultados inmediatos.

En consecuencia, nuestro sentido de la urgencia no surte efecto dentro de los pasos lentos de los suecos. Los suecos, debaten, debaten realizan "n" reuniones, ponderaciones, etc.

Y trabajan! Con un esquema mas bien "slow down". Lo mejor es constatar que, al final, esto acaba siempre dando resultados en el tiempo de ellos (los suecos) ya que conjugando la madurez de la necesidad con la tecnología apropiada es muy poco lo que se pierde aca en Suecia.

Lo resumo así:

1. *Suecia es del tamaño del estado de San Pablo (Brasil)*
2. *Suecia tiene tan solo 2 millones de habitantes*
3. *La ciudad mas grande, Estocolmo, tiene apenas 500,000 habitantes (compare con Curitiba, Brasil donde existen 2 millones de habitantes; o tan solo Mar del Plata, Argentina ciudad balnearia donde casi un millón de personas viven permanentemente, o Rosario, Argentina con 3 millones)*
4. *Empresas de capital sueco: Volvo, Skandia, Ericsson, Electrolux, ABB, Nokia, Nobel Biocare, etc. Nada mal, No? Para tener una idea de la importancia de ellas basta mencionar que Volvo es la que fabrica los motores propulsores para los cohetes de la NASA.*

Los suecos pueden estar equivocados pero son ellos los que pagan mi salario. Por ahora, mencionare especialmente que no conozco un pueblo, como pueblo mismo, que posea más cultura colectiva que los suecos.

Voy a contarles una historia corta, sólo para darles una idea:

La primera vez que fui para Suecia, en 1990, uno de mis colegas suecos me recogía del hotel todas las mañanas. Estábamos en el de Septiembre, algo de frío y nevisca.

Llegabamos temprano a la Volvo y él estacionaba el auto muy lejos de la puerta de entrada (son 2,000 empleados que van en coche a la empresa). El primer día no hice comentario alguno, tampoco el segundo, ó el tercero...

En los días siguientes, ya con un poco mas de confianza, una mañana le pregunté a mi colega: "Tienen ustedes lugar fijo para estacionar aquí?" pues noté que llegamos temprano, con el estacionamiento vacío y dejaste el coche al final de todo...."

Y él me respondió simplemente: "Es que como llegamos temprano tenemos tiempo para caminar, quien llega mas tarde ya va a llegar retrasado y es mejor que encuentre lugar mas cerca de la puerta, no te parece?"

Imaginen la cara que puse.
Y con ello fue suficiente para que yo revisara con profundidad todos mis conceptos anteriores..."

Cultura Slow Down

En la actualidad hay un gran movimiento en Europa llamado “Slow Food”. La Show Food International Assiciation, cuyo símbolo es un caracol tiene su central en Italia.
(www.slowfood.es)

Lo que el movimiento Slow Food predica es que las personas deben de comer y beber lentamente, dándose tiempo para saborear los alimentos, disfrutando de la preparación en convivencia con la familia, con los amigos, sin prisa y con calidad.

La idea es contraponerse al espíritu del Fast Food y lo que este representa como estilo de vida.

La sorpresa, por tanto, es que ese movimiento del Slow Food está sirviendo de base para un movimiento mas amplio llamado Slow Europa como resalto la revista Business Week en una de sus ultimas ediciones.

La base de todo está en el cuestionamiento de la “prisa” y la “locura” generada por la globalización, por el deseo de “tener en cantidad” (nivel de vida) la contraposición de “tener en calidad” “calidad de vida”, ó “calidad de ser”.

Según el Business Week, los operarios franceses, aunque trabajan menos horas (35 horas por semana) son mas productivos que sus colegas estadounidenses o británicos. Y los alemanes, que en muchas empresas ya implantaron la semana de 28.8 horas de trabajo, vieron aumentar su productividad en un elogiable 20%.

Esa llamada “Slow attitude” está llamando la atención hasta de los estadounidenses, discipulos del “fase” (rápido) y del “do it now”(hágalo ya!). Por tanto, esa “actitud sin prisa”no significa hacer menos ni tener menos productividad.

Significa si, trabajar y hacer las cosas con “mas calidad” y “mas productividad” con mayor perfección, con atención a los detalles y con menos estrés.

Significa retomar los valores de la familia, de los amigos, del tiempo libre, del placer del buen ocio, y de la vida en las pequeñas comunidades.

Del “aquí” presente y concreto en contraposición contra lo “mundial” indefinido y anónimo.

Significa retomar los valores esenciales del ser humano, de los pequeños placeres de lo cotidiano, de la simplicidad de vivir y convivir y hasta de la religión y de la fé.

Significa un ambiente de trabajo menos coercitivo, mas alegre, mas leve y por lo tanto, mas productivo, donde los seres humanos realizan, con placer, lo que mejor saben hacer.

Es saludable pensar detenidamente en todo esto. Será posible que los antiguos refranes: “Paso a paso se va lejos” y “La prisa es enemiga de la perfección” merezcan nuevamente nuestra atención en estos tiempos de locura desenfrenada.

Acaso no seria útil que las empresas de nuestra comunidad, ciudad, Estado, ó país empiecen ya a pensar en desarrollar programas serios de “ sin prisa” hasta para aumentar la productividad y calidad de los productos y servicios sin necesariamente perder “calidad del ser”.

En la película “Perfume de Mujer” hay una escena inolvidable en la que el ciego (interpretado por Al Pacino) invita a una muchacha a bailar y ella responde: “No puedo, pues mi novio va a llegar en pocos minutos” a lo que el ciego responde: “Pero es que en un momento se vive una vida” y la saca a bailar un tango. El mejor momento de la película es esta escena de solo 2 ó 3 minutos.

Muchos viven corriendo detrás del tiempo, pero solo lo alcanzan cuando mueren, ya sea en un accidente en la autopista por correr para llegar a tiempo.

Para otros que están ansiosos por vivir el futuro se olvidan de vivir el presente, que es el único tiempo que realmente existe..

Todos en el mundo tenemos tiempo por igual, pues nadie tiene ni mas ni menos de 24 horas por día. La diferencia está en el empleo que cada uno hace de su tiempo.

Necesitamos saber aprovechar cada momento, porque como dijo John Lennon “La vida es aquello que sucede mientras planeamos el futuro”.

Felicitaciones por haber conseguido leer este mensaje hasta el final.

Hay muchos que lo habrán dejado por la mitad para no “perder el teimpo” tan valioso en este mundo globalizado.

Cultura Slow Down

El Movimiento Slow propone aparcar la prisa y disfrutar del cada minuto. Para ello reivindica una nueva escala de valores, basada en trabajar para vivir y vivir para trabajar. La biodiversidad, la reivindicación de las culturas locales y un empleo inteligente de la tecnología, son algunas de sus principales señas de identidad.

Por que como dice el corrido mexicano "No hay que llegar primero, sino que hay que saber llegar"

El hombre siempre ha vivido condicionado por el paso del tiempo, pero muy especialmente a partir de la Revolución Industrial la idea de velocidad ha estado asociada con la de Progreso. Así por ejemplo, el Movimiento Futurista a principios del XX, consideraba la velocidad como una muestra del triunfo del hombre sobre la naturaleza. Su frase "Un automóvil rugiente, que parece correr sobre la metralla, es más bello que la Victoria de Samotracia" resume unos postulados que parecen no haber perdido actualidad.

Todo lo que conforma nuestro entorno nos invita a vivir de una manera veloz, sin detenernos a mirar lo que pasa a nuestro alrededor. Las marcas de moda nos presentan su nueva temporada de invierno cuando aún estamos sacando nuestros bañadores del armario.

Hasta hace unos años, el domingo se descansaba. Hoy, el mundo no para su actividad en ningún momento, se tiende a que todo funcione 24 horas al día y 365 días al año. La ciudad nunca duerme.

Por otro lado, es cada vez más frecuente pasar el día entero en los malls se recorre el lugar haciendo shopping, más tarde se reponen fuerzas comiendo en un local de fast food y se termina la jornada en el cine acompañados de unas pop corn. Es decir, se puede consumir durante todo el día, sin ver la luz del sol, inmersos en un universo artificial de luces, olores y sonidos diseñados para fomentar el consumo.

Como consecuencia de este estilo de vida proliferan enfermedades como la obesidad, el estrés o el Síndrome de la Felicidad Aplazada que consiste en la profunda angustia que experimentan las personas que no cuentan con tiempo suficiente para cumplir con todas sus obligaciones diarias y que posponen cualquier experiencia gratificante a un hipotético momento futuro, que finalmente nunca se alcanza.

Se identifica ser el primero con tener éxito y se considera la lentitud propia de perdedores o personas sin iniciativa. Pero, todo tiene un límite y el culto a la velocidad parece estar llegando al suyo. El concepto de Slow Down o desaceleración, está cada vez más presente en nuestra sociedad y son numerosos los movimientos que se han formado para luchar contra la tiranía del reloj.

En Austria, La Sociedad para la Desaceleración del Tiempo aboga por prestar más atención al presente y a la cultura. En Tokio, el Sloth Club, apuesta por una vida más tranquila, inspirada en el animal perezoso. Promueve el concepto de hacer menos, de vivir en forma sencilla sin depender del consumo. En esta línea se enmarca el Downshifting cuyos miembros tiene el noble objetivo de vivir con modestia y pensar con grandeza. Según ellos se puede vivir mejor consumiendo menos.

Tampoco faltan propuestas como Take Back Your Time, iniciativa surgida en Estados Unidos y Canadá para concienciar sobre la epidemia de exceso de trabajo y horarios extremos que amenaza la salud, las familias y las relaciones con la comunidades. Entre sus propuestas está la de conseguir que el 24 de octubre sea nombrado Día Oficial sin Relojes.

"Camina, no corras" es el slogan de Camper, que también se ha unido al espíritu de la desaceleración. Esta empresa española, ha querido con su publicidad abrir los ojos del comprador y animarlo a llevar un tipo de vida donde el trabajo y la actividad cotidiana pueden ser compatibles, sin dejarse llevar por la presión del tic-tac

Y es que esta Actitud Lenta, aplicada al trabajo, no tiene porque significar menor productividad sino por el contrario un trabajo de mayor calidad , más atento a los detalles y desarrollado en un ambiente más flexible y estimulante. De este modo se consigue mayor eficacia e implicación de los trabajadores, que además al terminar la jornada se encuentran en mejor disposición de disfrutar de la vida. Se trata de vivir el presente.

De todas las manifestaciones surgidas en torno a la idea de la desaceleración la más importante es el Movimiento Slow. Debe su origen, en 1989, a la protesta llevada a cabo por el periodista Carlo Petrini, ultrajado por la apertura de un restaurante

de comida rápida junto a la escalinata de la Plaza de España en Italia. En ese momento nació la conciencia de proteger la alimentación tradicional, basada en la biodiversidad, frente al imperio de la cómida rápida. Ese mismo año, en París se dio nombre al movimiento y se diseño su logo, a partir de la imagen de un caracol. El nombre de este movimiento fue Slow Food y supuso el germen a partir del cual más tarde surgirían las Slow Cities.

Las Slow Cities o Convivias, van más allá del Slow Food, y se han convertido en toda una filosofía de vida. Sus habitantes disfrutan de la naturaleza y valoran mucho pequeños placeres tales como comer, o dialogar o mejor aún hacer ambas cosas a la vez. En ellas no hay lugar para la prisa y se trata de fomentar la creación de una conciencia más humana. La primera fue fundada en Bra, en la zona del Cuneo, Italia, y se ha convertido en la sede central de este movimiento. A partir de ahí, la creación de otras Ciudades Lentas no ha parado y en el 2005 ya se superaba la cifra de cien países afiliados.

Para que una ciudad se pueda convertir en Convivia, deben cumplir una serie de pautas. La población no puede sobrepasar los 50.000 habitantes, ni ser una capital y además se deben cumplir una serie de requisitos en seis planos diferentes: legislativo medioambiental, infraestructura política, calidad urbana, productos locales, hospitalidad con los visitantes y conocimiento sobre las actividades de la localidad.

Lo que todas las Slow Cities tienen en común es la voluntad de construir un espacio más humano, con medidas que van desde sistemas de aire que controlan la polución a iniciativas para animar a la protección de los productos y la artesanía locales o planes para eliminar ruidosas alarmas, mediante programas de seguridad alternativa. Una Slow City también debe contar con una educación en consonancia con su estilo de vida.

En las Slow Schools no importa cuándo va a sonar el timbre, sino cuándo los alumnos han comprendido la lección.

Y después de una Slow Food nada mejor que una tranquila siesta y mejor aún acompañada de Slow Sex. Esta disciplina del movimiento Slow está basada en el Tantra Sexual. Las caricias, la respiración y no tener prisa es indispensable para esta práctica.

El libro In Praise of Slow del periodista Carl Honoré podría ser considerado el manual de iniciación para cualquiera que esté interesado en esta forma de vida. En él se describen con casos prácticos y mucho sentido del humor los beneficios físicos y psíquicos que puede aportar la filosofía Slow.

El Movimiento Slow se ha extendido a países como Brasil, Australia, México, Japón, Líbano… y se han llegado a crear 750 Convivias. Las ciudades, que conforman el movimiento, ofrecen un premio a proyectos que favorezcan la biodiversidad. El organismo que coordina estas actividades es la Slow Food Foundation for Biodiversity.

Aunque todas estas localidades tienen una misma meta, cada una cuenta con sus particularidades. Por ejemplo, la Convivia de Río de Janeiro, creada en Noviembre de 2000, suma a su actividad proyectos sociales como las Mesas Fraternales que ayudan a las comunidades más necesitadas en el plano alimenticio. Una de ellas es la del Hospital de Porto Velho donde por ejemplo, los pacientes indígenas son alimentados con su comida tradicional.

En España el Movimiento Slow llegó en 1994. Podemos encontrar 11 Convivias dispersas en toda la Península. Además en la primera edición de los Slow Food Awards, Jesús Garzón fue uno de los ganadores gracias a su labor de identificar los caminos de rebaños y revivir las actividades de trashumancia como medio de protección del medio ambiente de las montañas.

El Movimiento Slow hace que las personas se pregunten: ¿realmente es necesario vivir tan acelerados? ¿disfrutamos lo suficiente de nosotros mismos y de nuestro alrededor? ¿Por qué nos hemos dejado seducir por otras culturas cuando vivimos en una que no tiene nada que envidiar? Ocupados en ganar dinero que nos asegure un futuro cada vez más incierto, nos hemos olvidado de disfrutar de lo cotidiano. ¿por qué no ir andando al trabajo si se encuentra cerca?, ¿por qué no levantarte diez minutos antes y darte un homenaje con un buen desayuno? o simplemente ¿por qué no dejar que sea la vida la que nos marque su propio ritmo?